

# JE SUIS DIABÉTIQUE ET JE SUIS ACTEUR DE MON TRAITEMENT !

## Qu'est-ce qu'un diabète de type 2 (DT2) non contrôlé ?

Un diabète de type 2 est non contrôlé lorsque **l'objectif glycémique** n'est pas atteint (même en présence d'un traitement antidiabétique).<sup>1</sup>



**1 patient sur 2**

En France, **52%** des patients traités par monothérapie ont un diabète insuffisamment contrôlé.<sup>2</sup>

Une situation qui peut être **favorisée** par plusieurs facteurs<sup>3</sup> :



Déni ou mauvaise compréhension de la maladie



Non-respect des règles hygiéno-diététiques et/ou médicamenteuses



Manque de coordination entre les différents professionnels de santé

## Qu'est-ce que l'objectif glycémique ?

Il correspond au **taux d'HbA1c** (hémoglobine glyquée) **recommandé selon votre profil**. Pour la plupart des patients, **un taux d'HbA1c  $\leq 7\%$**  est recommandé.<sup>4</sup>

Le **taux d'HbA1c** est un **marqueur du risque de complications** du diabète<sup>4</sup> :



Mesuré lors d'un **bilan sanguin**

BIOCHIMIE SANGUINE		
		Valeurs de référence
<b>Biochimie générale</b>		
Glycémie à jeun	0,89 g/l 4,94 mmol/l	0,74 à 1,06 4,11 à 5,88
Hémoglobine glycosylée (HbA1c)	55 mmol/mol 7,2 % d'Hb	29 à 42 4,8 à 5,8



Permet d'évaluer l'**équilibre glycémique** (sucre dans le sang) sur les **2-3 derniers mois**<sup>4</sup>



Son dosage est **recommandé tous les 3 mois (6 mois si l'objectif glycémique est atteint)**<sup>5</sup>

## Comment suivre mon diabète ?

- Je connais mon taux d'HbA1c
- Je connais mon objectif glycémique

Oui

Non

Que dois-je faire ?

Je suis à mon objectif glycémique

**Maintien** de mon traitement

Je ne suis pas à mon objectif glycémique

**Consulter** mon médecin pour **intensifier** ou **changer** mon traitement

Lors de ma prochaine consultation, je pense à poser les questions suivantes à mon médecin :

- Quel est l'objectif glycémique recommandé pour mon profil ?
- Mon objectif glycémique est-il atteint ?
- Mon diabète est-il bien contrôlé par le traitement actuel ?

## Comment savoir si mon diabète est mal contrôlé ?<sup>4,6,7</sup>



**Fringales**  
Polyphagie



**Soif excessive**  
Polydipsie



**Urines abondantes**  
Polyurie



**Fatigue**  
Asthénie



**Perte de poids**

Attention, l'absence de ces signes n'exclut pas le suivi de la maladie. Il est important de consulter régulièrement mon médecin (tous les 3 mois).<sup>4</sup>

## Quels sont les risques d'un diabète non contrôlé ?<sup>4</sup>



Risques de complications cardiovasculaires



Risques neuropathiques



Risques ophtalmiques



Risques de complications rénales

## Comment mieux contrôler mon diabète ?<sup>4</sup>

Le respect de quelques règles hygiéno-diététiques simples peut aider à mieux prendre en charge le diabète.



**A**limentation équilibrée et plus adaptée



**A**ctivité physique régulière



**A**rrêt ou réduction de la consommation de tabac

Réduisez au quotidien



Sel



Sucre



Snacks



Alcool

## Et si cela ne suffit plus ?

Lors de ma prochaine consultation, j'en parle à mon médecin.  
Si mon taux d'HbA1c n'est plus en accord avec les recommandations, il pourra adapter le traitement médicamenteux.

### Références:

1. Monnier L, et al. Avant-propos : Itinéraire des stratégies thérapeutiques du diabète de type 2. Médecine des maladies Métaboliques 2016;10:97-100. 2. Fagot-Campagna A, et al. Caractéristiques, risque vasculaire et complications chez les personnes diabétiques en France métropolitaine : d'importantes évolutions entre Entred 2001 et Entred 2007. BEH 2009;42-43:450-5. 3. Reach G, et al. Clinical inertia and its impact on treatment intensification in people with type 2 diabetes mellitus. Diabetes Metab 2017;43:501-11. 4. Haute autorité de santé. Actualisation du référentiel de pratiques de l'examen périodique de santé (eps). Prévention et dépistage du diabète de type 2 et des maladies liées au diabète. Octobre 2014. 5. Haute autorité de santé. Guide parcours de soins, Diabète de type 2 de l'adulte. Mars 2014. 6. Dossier diabète santé publique France et Haute autorité de santé. Disponible sur <http://invs.santepubliquefrance.fr> (consulté le 13/05/2019). 7. OMS, Mieux connaître le diabète. Disponible sur [https://www.who.int/diabetes/action\\_online/basics/fr/index1.html](https://www.who.int/diabetes/action_online/basics/fr/index1.html) (consulté le 13/05/2019).